

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG GIZI DAN TINGKAT STRES TERHADAP KEJADIAN OBESITAS DAN OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA DI SMA PERGURUAN RAKYAT 1 JAKARTA

Marwah Luthfia Azzahra

Abstrak

Berdasarkan data Riskesdas 2018, pada remaja (16-18 tahun), 4% diantaranya mengalami obesitas dan 31% diantaranya mengalami obesitas sentral. Beberapa faktor penyebab obesitas dan obesitas sentral, yaitu pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik dan pengetahuan gizi, gen, dan stres. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan tentang gizi dan tingkat stres terhadap kejadian obesitas dan obesitas sentral pada remaja di SMA Perguruan Rakyat 1 Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional dengan total sampel berjumlah 88 responden. Hasil analisis univariat menunjukkan prevalensi obesitas remaja di SMA Perguruan Rakyat 1 Jakarta berpotensi menjadi masalah kesehatan masyarakat sehingga perlu mendapatkan perhatian dari pihak sekolah dan orang tua. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang gizi dan kejadian obesitas pada remaja ($p=0,5$), tingkat stres dan kejadian obesitas pada remaja laki-laki ($p=0,3$), tingkat stres dan kejadian obesitas pada remaja perempuan ($p=0,4$), pengetahuan tentang gizi dan kejadian obesitas sentral pada remaja ($p=0,9$), tingkat stres dan kejadian obesitas sentral pada remaja laki-laki ($p=0,3$), serta tingkat stres dan kejadian obesitas sentral pada remaja perempuan ($p=0,8$).

Kata Kunci: Pengetahuan Tentang Gizi, Tingkat Stres, Obesitas, Obesitas Sentral

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND STRESS LEVELS ON THE INCIDENCE OF OBESITY AND CENTRAL OBESITY IN ADOLESCENTS AT SMA PERGURUAN RAKYAT 1 JAKARTA

Marwah Luthfia Azzahra

Abstract

Based on 2018 Riskesdas data, in adolescents aged 16-18 years, 4% of them had obesity and 31% of them had central obesity. Factors that cause obesity and central obesity are poor diet, lack of physical activity and nutritional knowledge, gene, and stress. This study aims to analyze the relationship between nutritional knowledge and stress levels on the incidence of obesity and central obesity in adolescents at SMA Perguruan Rakyat 1 Jakarta. This study used a cross-sectional design with a total sample of 88 respondents. The prevalence of obesity in adolescents at SMA Perguruan Rakyat 1 Jakarta has potential to become a public health problem so it needs attention from the school and parents. There were no significant relationship between nutritional knowledge and obesity in adolescents ($p=0,5$), stress levels of male adolescents and obesity ($p=0,3$), stress levels of female adolescents and obesity ($p=0,4$), nutritional knowledge and central obesity in adolescents ($p=0,9$), stress levels of male adolescents and central obesity ($p=0,3$), also stress levels of female adolescents and central obesity ($p=0,8$).

Keywords: Nutritional Knowledge, Stress Levels, Obesity, Central Obesity